ReaLine®

リアライン レッグプレス

SP－LP01

取 扱 説 明 書

性能を十分発揮し、安全にお使いいただくため、
この「取扱説明書」を必ずお読みください。
本書は再読できるように必ず保管してください。

株式会社 ＧＬＡＢ

リアライン レッグプレスをお買い上げ頂き、ありがとうございます。
次の事項に注意してお使いください。

１．温度１０～４０℃の場所で使用してください。
２．湿度が高くならない場所で使用してください。
３．修理・調整は弊社の係員にお申しつけください。
４．使用上の「危険」「警告」「注意」事項は特にご留意願います。
５．本書の記載内容以外の使用や操作は、絶対にしないで下さい。
６．痛みや治療の必要がある方が本製品をご使用になる場合、その使用方法については医療機関の指導に従って実施してください。

目　　次

正しく使用していただくための注意事項 1

１．主な仕様、使用目的・効能 3

1－1　主な仕様 3

１－２　使用目的・効能または効果 3

1—3　各部の名称とはたらき 4

２．使用準備 5

３．使用方法 10

４．　故障と思われる前に 11

５．　清掃方法 11

６．　点検事項 12

６－１．日常点検 12

６－２．定期点検 12

６－３．定期保守点検 12

７．　保管・輸送 13

８．　異常時の処置 13

９．　その他の注意 13

１０．付属品及び交換部品一覧表 14

１０－１．　付属品一覧表 14

１０－２．　交換部品一覧表 14

正しく使用していただくための注意事項

ここでは機器を正しく使用していただくための注意事項を、想定される人身への傷害、財産への損害の程度により「危険」「警告」「注意」の３段階に分けて示しています。内容をよく理解してから機器を正しく使用してください。

危険

取扱いを誤った場合、重篤な傷害や死亡につながる危険性が極めて高い事柄を示します。

○本機はトレーニング機器です。他の目的には使用しないでください。
○弊社の係員以外が本機を修理または再調整して発生した事故及び故障に関しては、無断で修理をした人の責任となりますので絶対にしないでください。
○本機の分解、改造はしないでください。
○禁忌・禁止事項

次のような人は使用しないでください。

(1) 急性の肝機能障害の人、ウイルス性肝炎の活動期である人。
(2) 糖尿病があり、重篤な合併症(網膜症､腎症)がある人。
(3) その他、医師が不適当とみなした人。

次のような人は専門の医師の判断を必要とします。

(4) 幼児または意思表示できない人、妊婦。
(5) 心臓疾患のある人。
(6) 最近心臓発作または脳卒中の発作を起こした人。
(7) 膝や腰の痛みを含め、整形外科的疼痛及び神経症状がある場合。
(8) 骨粗鬆症で、かつ圧迫骨折の既往がある人。
(9) 高血圧の人。

警告

取扱いを誤った場合、重篤な傷害や死亡につながる危険性が想定される事柄を示します。

○使用される方は、必ず本機の特性を理解し、正しい使用方法で使用し、注意事項を守ってください。適切な使用がおこなわれないと、使用者の身体に重大な障害を起す可能性があります。
○使用される方は、本書の点検事項を参照して、日常点検、定期点検をおこなってください。
○取扱説明書に記載の用途・用法以外での使用はしないでください。
○幼児などが近寄らないように、注意してください。
○本機の分解、改造はしないでください。

注意

取扱いを誤った場合、人が傷害を負う可能性が想定される事柄および物的損害のみの発生が想定される事柄を示します。

○本機を設置するときは、以下の事項に注意してください。

- 環境条件（周囲温度 10～40℃、相対湿度 30～75%、気圧 700～1060hPa）を満たし、床が頑丈かつ水平で、構造的にしっかりした場所に設置してください。
- 水がかかったり濡れたりする場所に設置しないでください。
- 強力な磁力線、Ｘ線、気圧、温度、湿度、風通し、日光、ほこり、塩分、イオウ分を含んだ空気等により悪影響が生ずる恐れのない場所に設置してください。
- 傾斜や振動のある不安定な場所に設置しないでください。
- 衝撃（搬送時を含む）のかかる場所に設置しないでください。
- 化学薬品の保管場所やガスの発生する場所に設置しないでください。
- 本体は壁や周囲の設置物より 10㎝ 以上離してください。また、温度の高くなる機器と並べて設置するときは十分な距離（3m 以上）を保ってください。

○本機を使用するときは、以下の事項に注意してください。

- 血圧など健康状態をチェックし、支障のないことを確認した上で使用してください。
- 原則としてはだしまたはソックスで本機をご使用ください。運動に適さない服装・履物では使用しないでください。
- 使用中は、本機にカバーなどをかけないでください。
- 本機は屋内使用専用です。屋外で使用しないでください。
- すべてのコード類の接続が正確でかつ完全である事を確認してください。
- 取扱説明書の点検事項を参照して、機器が正常に作動する事を確認してください。
- 取扱説明書に定められた用途・用法以外での使用はしないでください。
- 正しい姿勢・呼吸法でトレーニングしてください。
- ゆっくり一定のテンポでトレーニングしてください。
- 本機の上に立ち上がらないでください。
- 機構部に衝撃を与えるような使い方はしないでください。
- 急速な運動はしないでください。
- 使用中は、装置全般および使用者に異常のないことを絶えず監視してください。

○その他の注意事項

- 本体を分解して内部の部品に手を触れたりしないでください。
- 付属品、オプション品、交換部品は、必ず本機の「取扱説明書」で指定しているものを使用してください。また、本機の付属品、オプション品、交換部品を他の機器に流用しないでください。
- 表示、ラベル等がはがれたり、読めなくなった時は、交換が必要です。弊社までご連絡ください。
- 故障のときは、取扱店またはメーカの修理が完了するまでは機器を使用しないでください。
- お買い求めの販売店または弊社の係員以外が本機を修理または再調整して発生した事故および故障に関しては、無断で修理した人の責任になりますので、絶対にしないでください。
- 機器や患者に異常があった場合、患者にとって安全な状態で、直ちに機器の作動を停止させ、適切な処理を行ってください。

１．主な仕様、使用目的・効能

１−１．　主な仕様

〇寸法、及び重量

外形寸法（本体のみ）	幅３００mm× 奥行８００mm× 高さ４００mm
重量	９．５ｋｇ

〇環境条件

周囲温度	１０～４０℃
相対温度	３０～７５%（結露しないこと）
気圧	７００～１０６０ｈＰａ

〇性能

膝伸展時にかかる荷重	約１０ｋｇ
膝伸展ストローク	４００mm
下腿回旋角度	右：３０°、左３０°
下腿回旋負荷	１Ｎ・ｍ

１－２．使用目的・効能または効果

(1) 使用目的

① 膝関節における下腿内旋および外旋のトレーニングを実施することができます。その際、左右のゴムロープの張力を変えることにより、自動介助運動、自動運動、抵抗運動を実施することができます。

② 膝関節における下腿内旋位または外旋位を保ちつつ、レッグプレス運動を行うことができます。

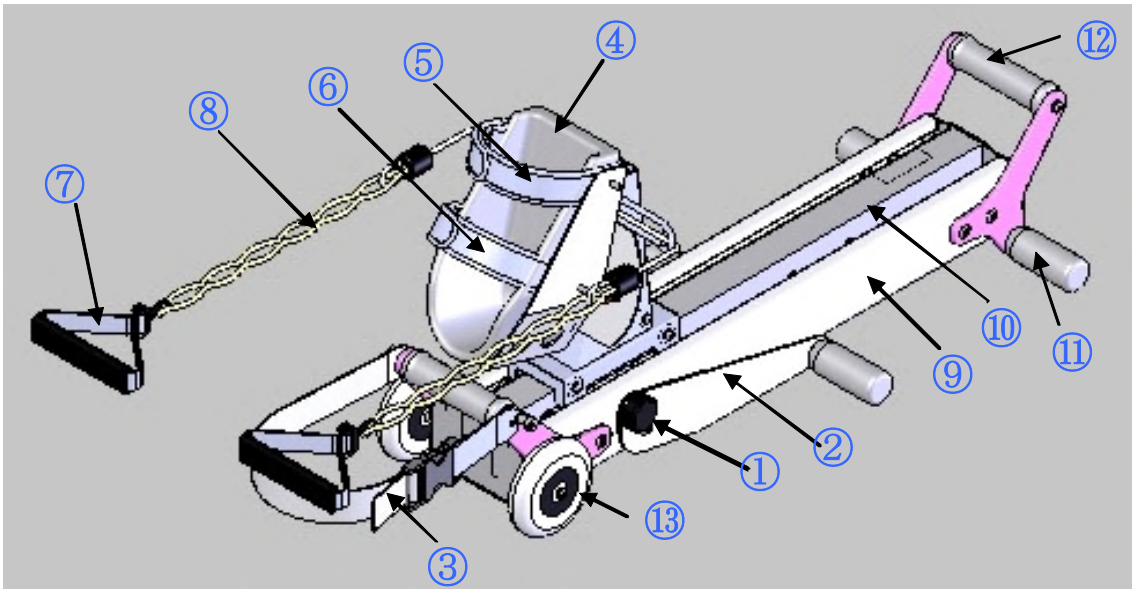
(2) 効能または効果

① 膝関節の内旋筋または外旋筋とトレーニングすることができます。これを繰り返すことにより、膝の内・外旋運動における内側ハムストリングスと外側ハムストリングの役割分担を再学習する効果が期待されます。

② 膝関節の内旋位または外旋位を保ちながら下肢の伸展・屈曲を行うために必要な筋活動パターンを学習・習得することが期待されます。

③ 膝の回旋に異常がある場合、本製品の特性に精通した医師などの医療従事者の指導の下で適切にトレーニングを実施することにより、膝の回旋運動を正常化できる可能性があります。（その効果を保証するものではありません。）

１－３．　各部の名称とはたらき



①	つまみ	スタンドをロックするねじです。
②	スタンド	使用時に本体を 20°傾けるためのスタンドです。
③	固定ベルト	本体を椅子に固定するベルトです。
④	足マット	足を乗せるマットです。
⑤	つま先ベルト	つま先を固定するベルトです。
⑥	足首ベルト	足首を固定するベルトです。
⑦	チューブ用グリップ	シリコンチューブを引くときのグリップです。
⑧	ゴムロープ	下腿回旋時の負荷を調節する伸縮ロープです。
⑨	本体カバー	本体のカバーです。
⑩	スライドレール	足をスライドさせるレールです。
⑪	ゴム足	使用時、床に接触するゴム足です。
⑫	グリップ	本体移動時に使用するグリップです。
⑬	キャスター	本体移動時に使用するキャスターです。

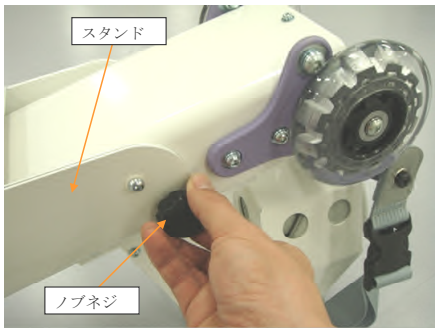
２．使用準備

２－１．　準備

④ 梱包材から機器を取り出されましたら、平らな床に本体を置いてください。

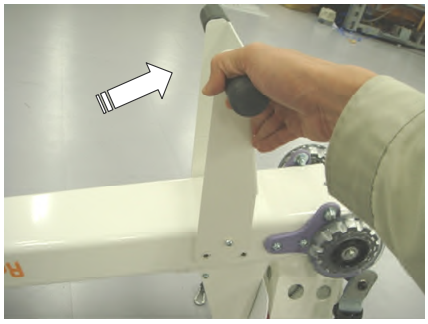
⑤ 本体を持ち上げ、上図のように逆さまに置いてください。

⑥ スタンド側面に付いている黒いノブネジを取り外してください。

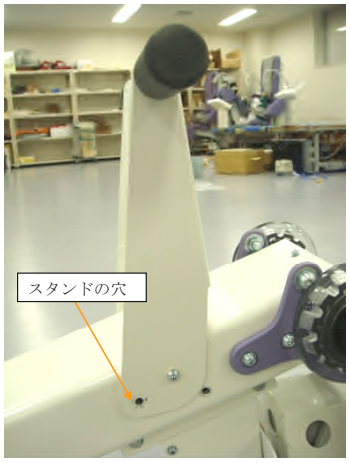


⑦ 反対側のノブネジも同様に取り外してください。

⑧ 本体を倒れないように押さえながら、上図のようにスタンドを立ててください。



⑨ スタンドが上図の角度ぐらいになったところで、本体側のねじ穴が見えますので、スタンドの穴と合わせてください。



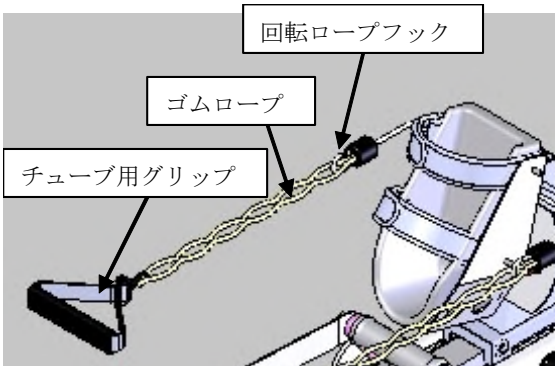
⑩ 穴位置が合いましたら、先ほど取り外したノブネジを再度取り付けます。この時点では力一杯締め付けず、ネジを少し緩めた状態にしておいてください。このとき、ネジが入り難い場合はスタンドの角度を微調整すると入りやすくなります。

⑪ 反対側にもノブネジを締めこみます。こちらは最後まで締め込んでください。こちらの締め込みが終わりましたら、反対側のノブネジも最後まで締め込んでください。

⑫ 本体を逆さにし、通常状態に戻して完了です。

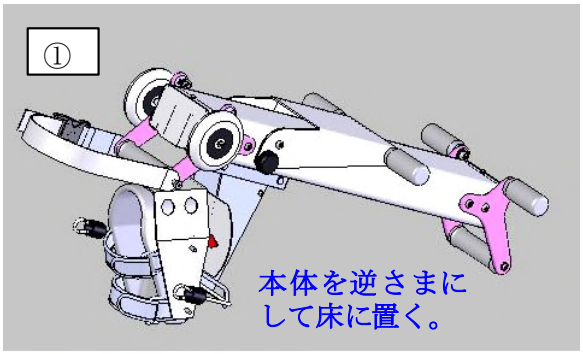
２－２．　使用の前に

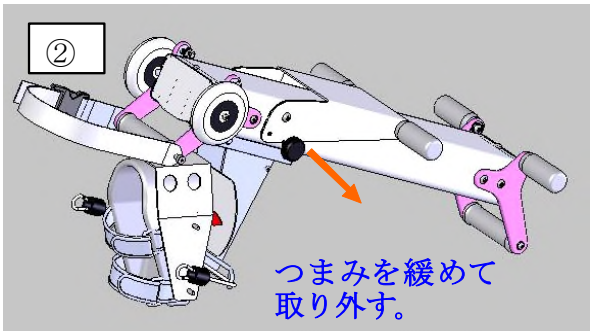
① 回転ロープフックに付属品のゴムロープとチューブ用グリップを取り付けてください。

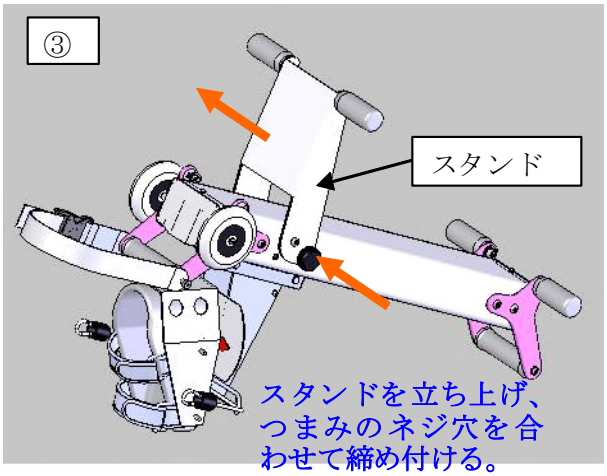


② 機器を使用する前に「１１．点検事項」に従い、点検をおこなってください。

③ スタンドを立てて、ロックしてください。

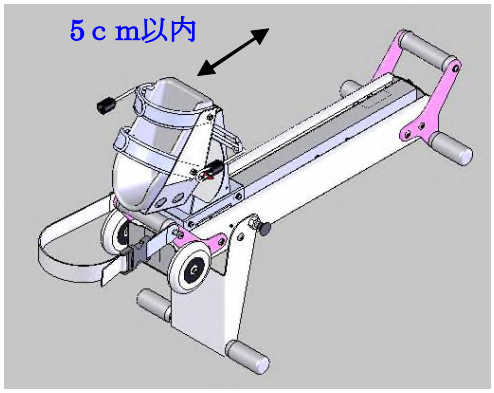




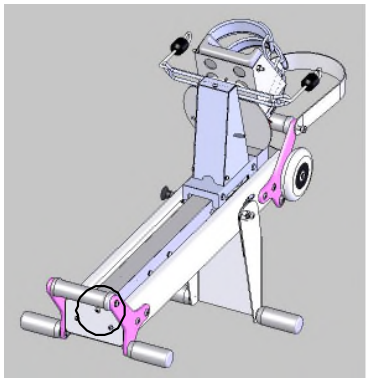


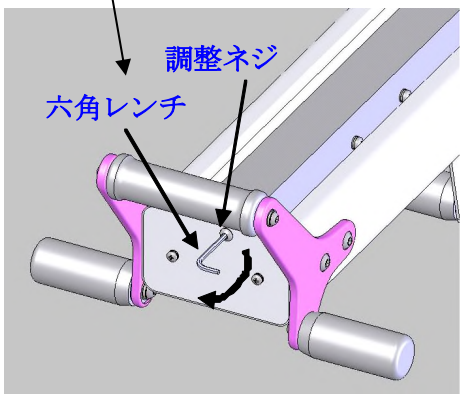
２－３．　ロープ張力の確認

本体内部では、足乗せとバネをロープでつないでトレーニング時の負荷を得ています。
使用しているうちにロープは伸びますので、定期的に張力の確認をおこなってください。



① スタンドを立てた状態で本体を床に置き、足乗せを動かしてください。
このとき、足乗せが約 5cm 以上動いた場合には、下記の手順でロープの張力を調節してください。





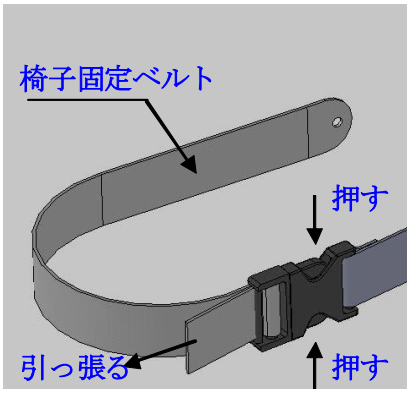
②調節ねじに付属品の六角レンチを差し、矢印の方向に締め、足乗せの動く距離が 5cm 以下になるように調節してください。

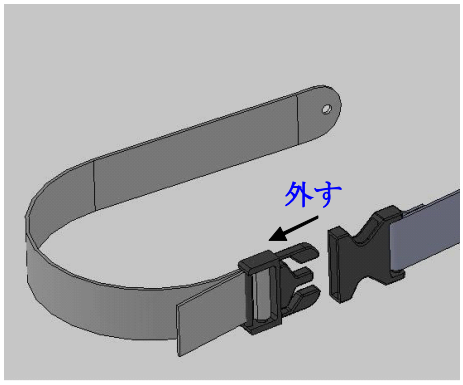
ご注意：通常、数か月に１度のメンテナンスが必要です。

注意
調整ねじを締めすぎると、さらにロープが伸びて劣化の原因になりますので、5cm 以下になった時点で調節を終えてください。

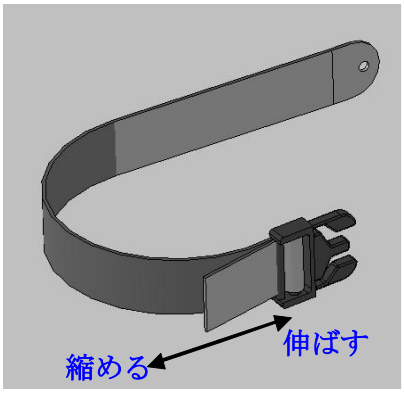
２－４．　椅子への固定

本機を使用するには、本体を椅子に固定していただく必要があります。
ご家庭にある椅子を１脚ご用意いただき、下記の手順で固定をおこなってください。

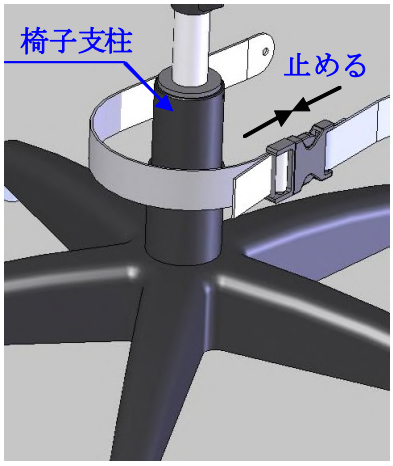




①椅子固定ベルトについてあるバックル両サイドの爪を押し込み、バックルを取り外してください。



②椅子に合わせてベルト長さを調節してください。



③椅子の支柱にベルトをかけ、バックルを止めてください。

３．使用方法

３－１．　使用手順

以下の手順で操作をおこない、詳細は指定のページの項目を参照してください。

準備

① つま先ベルト、足首ベルトを外し、片足を足マットに乗せてください。
② つま先ベルト、足首ベルトを十分に締めて、足を固定してください。

運動 1

③ つま先を内側・外側に交互に捻ってください。この時、膝を左右に揺らしてはいけません。
④ うまく足をひねることが出来ない場合は、足の親指側のゴムロープを引いてください（自動介助運動）。容易にひねることができる場合は、足の小指側のゴムロープを引いてください（抵抗運動）。
⑤ この動作を３０回程度繰り返してください。

運動 2

⑥ つま先を内側または外側にひねりつつ、膝を伸ばしてください。
⑦ うまく足をひねることが出来ない場合は、足の親指側のゴムロープを引いてください（自動介助運動）。容易にひねることができる場合は、足の小指側のゴムロープを引いてください（抵抗運動）。
⑧ この動作を３０回程度繰り返してください。

ご注意：
　本製のマニュアルとしては、つま先を内側・外側のどちらに捻る方が良いかを明示することはいたしません。安全を重視し、医学的な見地またはトレーニング理論に基づき、ひねり方をお決めください。なお、研究結果につきましては弊社ホームページなどでご紹介します。必要に応じて弊社にお問い合わせください。

４．　故障と思われる前に

このような場合	考えられる原因	対　応　策
足乗せの位置が以前よりズレてきている。	本体内部ロープが伸びていませんか。	ロープの張りを調節してください（２－２参照）。
足乗せ部分が回転しない。	ゴムロープを取り付けているロープが絡まっていませんか。	ロープを元の状態に戻してください。
収納時、本体を立てることができない。	椅子固定ベルトがキャスターなどの下敷きになっていませんか。	ロープは足乗せの中に収納しておいてください。

注意

○上記の対応で直らない場合は、お買い求めの販売店へご連絡ください。

○弊社の係員以外が本機を修理または再調整をして発生した事故、及び故障に関しては、無断で修理した人の責任になります。

５．　清掃方法

本体及びチューブの汚れは柔らかい布で軽く拭き取ってください。
汚れのひどいときは、水でうすめた中性洗剤に浸した布をよくしぼって拭き取ってください。
（シンナー等の溶剤を用いると塗装がはがれたり、樹脂が変色します。）

６．　点検事項

本機を安全に常に正しく作動させるために、下記の保守点検を実施してください。保守点検には日常点検（使用前点検）、定期点検（1 ヶ月毎）、定期保守点検（1 年毎）がありますので、推奨期間毎に点検を行ってください。
なお、使用者自ら定期保守点検ができない場合は、弊社が受託することもできます。

〈使用者による保守点検事項〉

６－１．日常点検

次の項目を使用前に点検してください。

機器本体の外観の確認	機器本体の外観に大きな傷や割れがないか確認してください。
ゴムロープの外観確認	ゴムロープに傷や割れがないことを確認してください。
ゴムロープの接続確認	正しく接続されていることを確認してください。
スタンド固定状態の確認	スタンドが確実に固定されていることを確認してください。
動作状態の確認	足乗せをスライドさせ、異常な動作や異音がないことを確認してください。
椅子固定ベルトの確認	椅子固定ベルトのバックルがきちんとロックできることを確認してください。
つま先、足首ベルトの確認	つま先、足首ベルトのマジックテープがきちんと着くことを確認してください。
ロープ張力の確認	足乗せのスタート位置がズレていないかを確認し、ズレている場合は本体内のロープ張力を調整してください(参照)。

６－２．定期点検

次の項目を定期的に（月に一度程度）点検してください。

ゴム類の被覆確認	ゴム類の表面上に著しい変質や変形が無いことを確認してください。
足乗せマット外観	足乗せマットの表面上に著しい変質や変形が無いことを確認してください。
キズ、サビ破れの有無	目視により安全と性能に支障がないことを確認してください。

６－３．定期保守点検

定期保守点検をおこなう場合は、お買い求めの販売店にご連絡ください。

７．　保管・輸送

〇気圧、温度、湿度、風通し、日光、ほこり、塩分、イオウ分を含んだ空気等により悪影響が生ずる恐れがなく、本機の環境条件（周囲温度－１０～６０℃、相対湿度１０～９５%、気圧７００～１０６０ｈＰａ）を満たす状態で保管、輸送してください。
〇保管、輸送時は水がかかったり濡れたりしないように気をつけてください。
〇傾斜、振動、衝撃（運搬時を含む）等、安定状態に注意して保管、輸送してください。
〇化学薬品の保管場所やガスの発生する場所に保管しないでください。
〇本体の汚れをきれいに取り除いて保管してください。

注意
長期保管後の使用前には点検をおこなってください。点検の依頼や異常を発見したときはお買い求めの販売店へご連絡ください。

８．　異常時の処置

〇異常を発見したときは、直ちに機器の使用を中止してください。
〇異常の状態をお買い求め販売店または裏表紙に記載の最寄りの弊社営業所へ連絡し、修理を依頼してください。

９．　その他の注意

本機を廃棄する場合は、産業廃棄物となります。必ず地方自治体の条例・規則に従い、許可を得た産業廃棄物処理業者に廃棄を依頼してください。

１０．付属品及び交換部品一覧表

１０－１．　付属品一覧表

部品名	部品コード	個数
ゴムロープ		２
チューブ用グリップ	ＫＴＴ３４３１	２
取扱説明書	ＫＰＭ３０００	１
保証書	ＺＨＯ０１４６	１
解説ＣＤ	ＺＶＤ３４３０	１

上記付属品は単品でご注文ができます。（最少注文数は「１」です）
必要になりましたら、品名・コード番号・数量をお買い求めの販売店へご連絡ください。

１０－２．　交換部品一覧表

部品を交換するときは、機種名・部品名を弊社までご連絡ください。

部品名	部品コード	個数
椅子固定ベルト	ＫＢＮ３４４０	１
足ベルト１	ＫＢＮ３４３０	１
足ベルト２	ＫＢＮ３４３１	１
足マット	ＫＭＡ３４３０	１
ロープ	ＤＮＷ３４３０	１
ゴムロープ		１
チューブ用グリップ	ＫＴＴ３４３１	１
グリップ	ＲＫＴ７５１	１
ゴム足	ＫＧＡ３４３０	１

上記オプション品は単品でご注文ができます。（最少注文数は「１」です）
必要になりましたら、品名・コード番号・数量をお買い求めの販売店へご連絡ください。
保証対象外の場合は有料となります。